

ねじりはちまき

10月 寒露 霜降の月になりました。

10月1日衣替え、8日寒露、14日スポーツの日、20日えびす講、23日霜降と
なっています。

寒露は江戸時代の歳時記であり、季節の解説書『改正月令博物筌』に『この
月、冷寒次第につのり露むすんで霜とならんとするゆゑ、寒露と名づく』と記
されているとおり、この頃になると秋もいよいよ深まり、野草に宿る冷たい露
が霜に変わります。また、台風による長雨が明けて秋晴れの日が続くようにな
ります。秋の澄み渡った空気は虫の声、落葉を踏む音、紅葉の鮮やかさなど見
るもの、聞くものをはっきりと感じさせます。中でも紅葉は『錦』にたとえら
れ昔から多く和歌などに詠まれてきました。これから寒くなります。やはり風
邪をひきうけない様、お体気をつけましょう。

幸田 常一

<会社近況>


今年の夏も暑さが厳しかったですが、最近はようやく暑さも落ち着き作業し
やすくなってきました。夏の疲れが出る頃ですが、安全管理に気をつけて作業
を進めて参ります。今月から本宮市と二本松市で住宅新築工事をお世話になっ
ております。

<10月のおうちのお手入れ>エアコン器具の点検・おそうじ

気温も段々と下がり始め、エアコンや扇風機の出番が落ち着く頃です。扇風機のコリ取りや、エアコンのフィルター掃除などがしやすくなると思います。

【扇風機】扇風機のカバーと羽を外し、洗浄したら乾燥させます。組み立ててしまう際、専用の箱があれば箱へ、ない場合はカバーをかけましょう。

【エアコン】エアコンのフィルターをきれいに掃除すると暖房効果が良くなるので、暖房を使用するこれからの季節に備えてきれいにしておくといいですね。

10月 <旬> 栗 

秋になると芋栗かぼちゃが収穫され、食卓にあがることが多い素材ですね。その中でも今回は『栗』です。栗にはチアミンという栄養素が含まれており、疲労回復や、神経、筋肉の機能を正常に保つ働きがあるそうです。ビタミンCも、10～15粒ほど食べれば1日の必要量に近いくらい豊富で、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。食物繊維も多いため、便通を整える働きも期待できそうです。茹で栗、栗ご飯など様々な調理法で試してみたいかでしょうか。



令和6年10月5日

<発行責任者> 幸田 久美

有限会社 幸田建設

969-1204 本宮市糠沢字八幡 1-1

電話 0243-44-3816

<後記>秋らしい季節になり、暑さ

も和らぎましたね。過ごしやすく

お出かけにも最適な時期ですので、

紅葉や、キャンプ、芋煮など外で

の活動も楽しめそうですね。(ほしの)

記録的大雨の多発

今年是全国的に豪雨というか大雨が続いている。この大雨を指して記録的大雨とか、観測史上初の降雨量という表現がなされる。その時降った総雨量が、平年の7月或は8月の一か月の降雨量の1.5倍から2倍という降り方をしている所も見られるのである。では、いくつかの大雨の例をみてみよう。

先ず7月25~26日に、日本海から北日本に延びた梅雨前線に向かって、暖かく湿った空気が流れ込んだことにより大雨となった。線状降水帯が発生し、大雨特別警報も発せられている。山形県、秋田県、北海道の10以上の地点で降水量が観測史上一位を更新した。24時間雨量の頻度は、山形県の最上川流域を中心とした広い範囲で「100年以上に1度」と稀にみる規模であった。総雨量500ミリを超えたところもあったのである。

次に台風5号のことだが、8月12日に岩手県大船渡付近に上陸し、秋田県へと東北を横断した。東北を横断する台風は今回3例目で、稀にみるもののようである。これは上空の高気圧が通常より西へ張り出して、台風の北上(日本列島に沿って)する進路が阻まれ、西の方向へ向きを変えることになったとのこと。この台風5号上陸で、岩手県は平年の8月1ヶ月分の2倍を超える降水量(480ミリ)を記録したところもあった。

次に8月末の台風10号のことだが、この台風は大型で、しかも速度はゆっくりで、変則的進路を辿り、上陸した南九州地方を始め各地に大雨をもたらした。温暖化により海水温が上昇して、水蒸気を多く含み、どうしても台風は大型化する傾向にあり、結果、襲来すれば大雨をもたらすことになる。速度がゆっくりすることも大雨をもたらす要因になる。また、今回の台風では、台風から遠く離れたところ(東海・神奈川・東京・北海道など)で記録的大雨をもたらされた。これは台風の左巻きに誘われる形で、台風の東側圏域で南から湿った空気が流れ込み(北上)、それが大雨をもたらしたものである(降雨量は省略)。

さて、大雨に伴って災害の発生する確率は高まる。災害発生の予報はどうなっているのか見てみよう。先ずは雨の降り方について確認しておきたい。

<1時間雨量>

- ①20ミリ以上~30ミリ未満：強い雨・土砂降り・傘を差しても濡れる
- ②30ミリ以上~50ミリ未満：激しい雨・バケツをひっくり返し返したように降る
- ③50ミリ以上~80ミリ未満：非常に激しい雨・滝のように降る
- ④80ミリ以上：猛烈な雨・息苦しくなるような圧迫感がある

(注) ③、④については傘が全く役立たなくなる

では雨の降り方の段階によって気象庁の予報はどのように出されるのか。

先ずは<注意報>の段階、次は<警報>の段階、そして最後は<特別警報>となる。

- ①注意報：災害が発生するおそれがあると予想した時には、大雨注意報や洪水注意報により注意を促す。
- ②大雨警報：大雨による重大な土砂災害や浸水害が発生するおそれがあると予想した時に発表する。雨がやんでも重大な土砂災害のおそれが残っている場合は、警報の発表を継続する。
- ③洪水警報：河川の上流での大雨によって、下流で生じる増水や氾濫により重大な洪水災害が発生するおそれがあると予想した時に発表する。対象となる重大な洪水災害としては、河川の増水、氾濫及び堤防の決壊並びにこれらによる重大な浸水害が挙げられる。
- ④大雨特別警報：台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想される場合に発表する。特に警戒すべき事項を明示して、「大雨特別警報(土砂災害)」「大雨特別警報(浸水害)」のように発表する。

記録的大雨の多発

今年是全国的に豪雨というか大雨が続いている。この大雨を指して記録的大雨とか、観測史上初の降雨量という表現がなされる。その時降った総雨量が、平年の7月或は8月の一か月の降雨量の1.5倍から2倍という降り方をしている所も見られるのである。では、いくつかの大雨の例をみてみよう。

先ず7月25~26日に、日本海から北日本に延びた梅雨前線に向かって、暖かく湿った空気が流れ込んだことにより大雨となった。線状降水帯が発生し、大雨特別警報も発せられている。山形県、秋田県、北海道の10以上の地点で降水量が観測史上一位を更新した。24時間雨量の頻度は、山形県の最上川流域を中心とした広い範囲で「100年以上に1度」と稀にみる規模であった。総雨量500ミリを超えたところもあったのである。

次に台風5号のことだが、8月12日に岩手県大船渡付近に上陸し、秋田県へと東北を横断した。東北を横断する台風は今回3例目で、稀にみるもののようである。これは上空の高気圧が通常より西へ張り出して、台風の北上(日本列島に沿って)する進路が阻まれ、西の方向へ向きを変えることになったとのこと。この台風5号上陸で、岩手県は平年の8月1ヶ月分の2倍を超える降水量(480ミリ)を記録したところもあった。

次に8月末の台風10号のことだが、この台風は大型で、しかも速度はゆっくりで、変則的進路を辿り、上陸した南九州地方を始め各地に大雨をもたらした。温暖化により海水温が上昇して、水蒸気を多く含み、どうしても台風は大型化する傾向にあり、結果、襲来すれば大雨をもたらすことになる。速度がゆっくりすることも大雨をもたらす要因になる。また、今回の台風では、台風から遠く離れたところ(東海・神奈川・東京・北海道など)で記録的大雨をもたらされた。これは台風の左巻きに誘われる形で、台風の東側圏域で南から湿った空気が流れ込み(北上)、それが大雨をもたらしたものである(降雨量は省略)。

さて、大雨に伴って災害の発生する確率は高まる。災害発生の予報はどうなっているのか見てみよう。先ずは雨の降り方について確認しておきたい。

<1時間雨量>

- ①20ミリ以上~30ミリ未満：強い雨・土砂降り・傘を差しても濡れる
- ②30ミリ以上~50ミリ未満：激しい雨・バケツをひっくり返し返したように降る
- ③50ミリ以上~80ミリ未満：非常に激しい雨・滝のように降る
- ④80ミリ以上：猛烈な雨・息苦しくなるような圧迫感がある

(注) ③、④については傘が全く役立たなくなる

では雨の降り方の段階によって気象庁の予報はどのように出されるのか。

先ずは<注意報>の段階、次は<警報>の段階、そして最後は<特別警報>となる。

- ①注意報：災害が発生するおそれがあると予想した時には、大雨注意報や洪水注意報により注意を促す。
- ②大雨警報：大雨による重大な土砂災害や浸水害が発生するおそれがあると予想した時に発表する。雨がやんでも重大な土砂災害のおそれが残っている場合は、警報の発表を継続する。
- ③洪水警報：河川の上流での大雨によって、下流で生じる増水や氾濫により重大な洪水災害が発生するおそれがあると予想した時に発表する。対象となる重大な洪水災害としては、河川の増水、氾濫及び堤防の決壊並びにこれらによる重大な浸水害が挙げられる。
- ④大雨特別警報：台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想される場合に発表する。特に警戒すべき事項を明示して、「大雨特別警報(土砂災害)」「大雨特別警報(浸水害)」のように発表する。

北アルプス 白馬岳・雪倉岳・朝日岳

(百：日本百名山、◎：日本二百名山、○：日本三百名山、カッコ内の数字は標高。上、2段目、下、左、右などは写真の位置)

【今回登った山】

8月23日 白馬岳 (百しろうまだけ 2932m、再登)

24日 雪倉岳 (◎ゆきくらだけ 2611m)

25日 朝日岳 (○あさひだけ 2418m)

白馬岳は日本百名山達成の山で、2014年9月に登った。白に一を加えて百とする山として、最後の山に選んだ。その時は猿倉から大雪溪を登り白馬岳、杓子岳、鑓ヶ岳の白馬三山を登った。今回は蓮華温泉から白馬に登り雪倉と朝日を縦走し蓮華温泉に戻るというコース。

8月22日(木)

自宅発 11:45。前回と同じ北陸道糸魚川 IC で降り、登山口の蓮華温泉を目指す。糸魚川街道を南下し、平岩駅前の「蓮華温泉まで 22 km」の標識を見て右手の山間部に入って行く。5 km ほど行ったところで不安になり工事の人がいたので聞くと、この先にはコンビニは無いと言う。夕食、翌日の朝、昼食を調達する必要がある。コンビニは糸魚川の方が近いという。

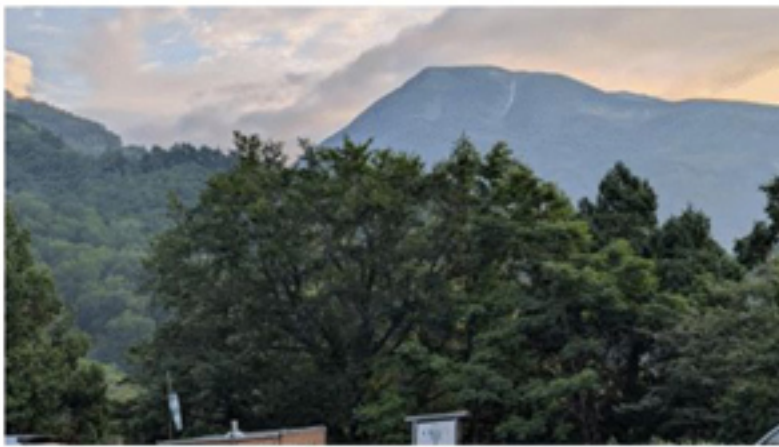
糸魚川まで 20 数キロ戻ったら、コンビニは IC の手前ほんの 2 km 弱のところだった。引き返した所まで戻るのに 1 時間ロスした。どんどん山奥に入って行く。猿の群れが 2 つ道を横切った。

17:30 蓮華温泉着。雪倉岳の雄姿が雲に浮かんでいる。(下左)。バス停があった(下右)。広い無料駐車場には 30 台くらい停まっていた。

登山口は温泉ロッジ(旅館)(次頁上左)の右裏側にあった(次頁上右)携帯の電波は通じた。



19時食事を終えシュラフに足を入れる。



夕暮れの雪倉岳（2段目ズーム）

23日（金）3:30 起床、4:30 出発。まだ月が明るい（3段目）。



蓮華の森（下左）
東の空の朝焼け（下右）。





樹間から望む雪倉岳（上）。



7：00 天狗の庭から望む雪倉岳と朝日岳右奥（2段目）。

8：35 男性下山者とすれ違い「どちらから？」と声をかける。「0：30分に蓮華温泉を出発し、白馬岳を登り、下山中である」とのこと、しかも鳥取から車で10時間かけてきて、一休みし登っているとのこと。世の中にはすごい人がいるものだ。

9：35、白馬大池着。5時間かかった。マップ上のコースタイムは休憩を除き3時間なので、大幅な超過だ。7月初めに罹患したコロナの影響で心肺機能が低下しているためかも知れない。ソロなので他の人よりペースが遅くてもよく分からない。多くの人に追い越されているのは確かだ。

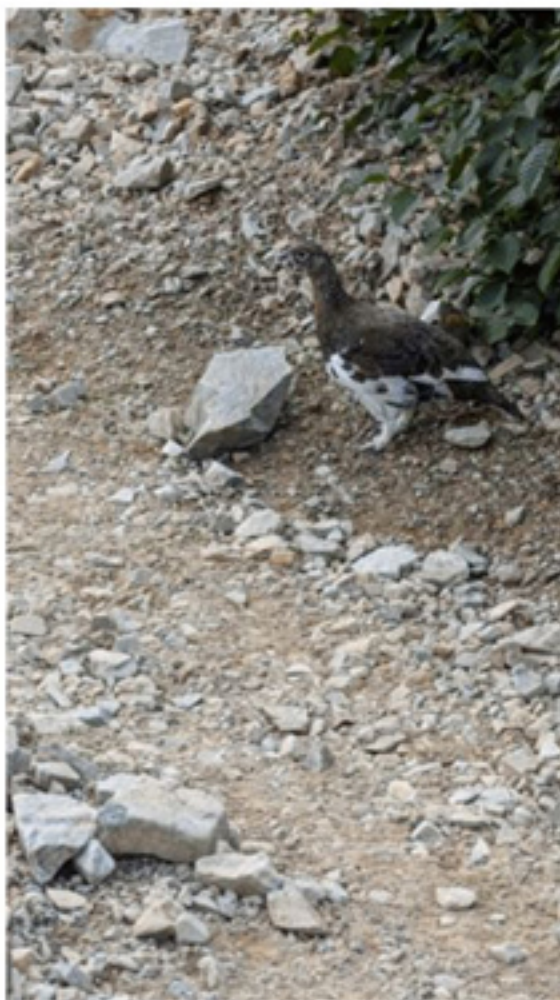
休憩テーブルは大阪弁の中年女性二人と同席した。前々日に梅池（つがいけ）高原スキー場のリフトを何本か乗り継ぎ、梅池ヒュッテから歩いてきて、この白馬大池山荘に泊まり、前日は白馬岳に登り白馬山荘に泊まり、これから梅池に下山するとのこと。元気な大阪のおばさんだった。



9：50 出発。白馬大池と白馬大池山荘を見下ろす（下）。



雷鳥坂を見上げる（上）。
ホントにライチョウがいた（2段目
タテ）。



すれ違った女性二人の下山者に手ぶりで教えた。
韓国の人だった。

船越の頭で休憩する。岩場に咲くリンドウの花
(3段目)



何度も何度もニセピークに騙されながら、12:50、新潟県最高峰 2768m 小蓮華山に着く（下左）。いよいよ白馬岳に向かう。緩やかに下り上りを登り返す（下右）。



新潟県、富山県、長野県の境、三国境に着いたのは14時を回っていた。
ここは翌日も通る分岐点だ（次頁上左）。



少し休憩し、これから進む白馬岳方面を見上げる（上右）。白馬岳山頂はガスの中。左側（長野県側）が切れ落ちて、稜線の両側の傾斜が著しく異なる非対象山稜となっているのが分かる。

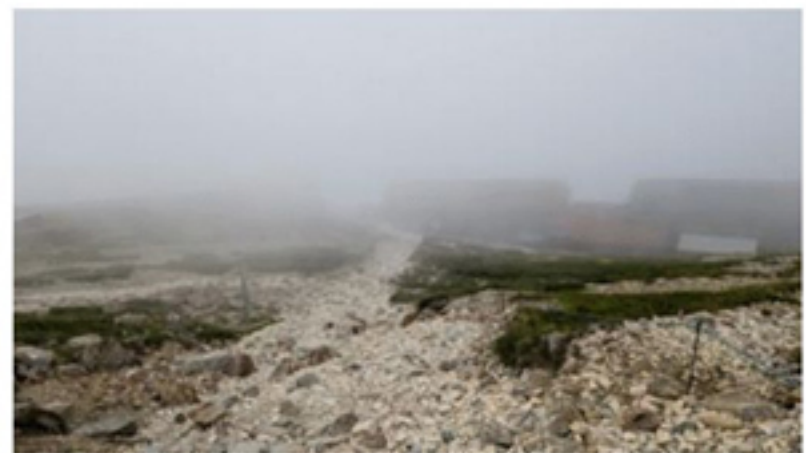
少し休憩し、これから進む白馬岳



15:30、白馬岳山頂着（2段目）。蓮華温泉から11時間かかった。ガスで眺望もなく誰もいなかった。早々に小屋に向かって下る。小屋の手前に白馬山荘創設者松沢貞逸のレリーフがあった。明治39年に最初の小屋を建てたとのこと（3段目左）小屋はガスの中（3段目右）。

15:30、白馬岳山頂着（2段目）。

蓮華温泉から11時間かかった。ガスで眺望もなく誰もいなかった。早々に小屋に向かって下る。小屋の手前に白馬山荘創設者松沢貞逸のレリーフがあった。明治39年に最初の小屋を建てたとのこと（3段目左）小屋はガスの中（3段目右）。



数分でガスが切れる。「白馬連山高山植物帯」の碑（下）。

大規模な施設だ。宿泊棟とは別の棟で受付し寝場所を指定される。1泊2食15,000円。朝食は早立ちのため弁当にしよう。

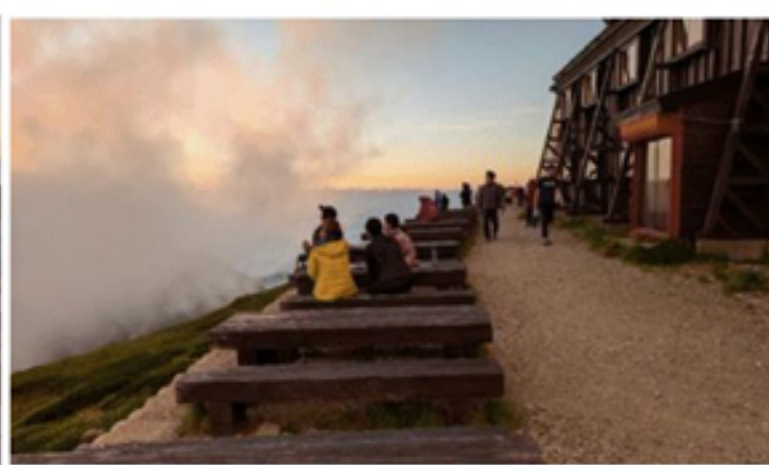
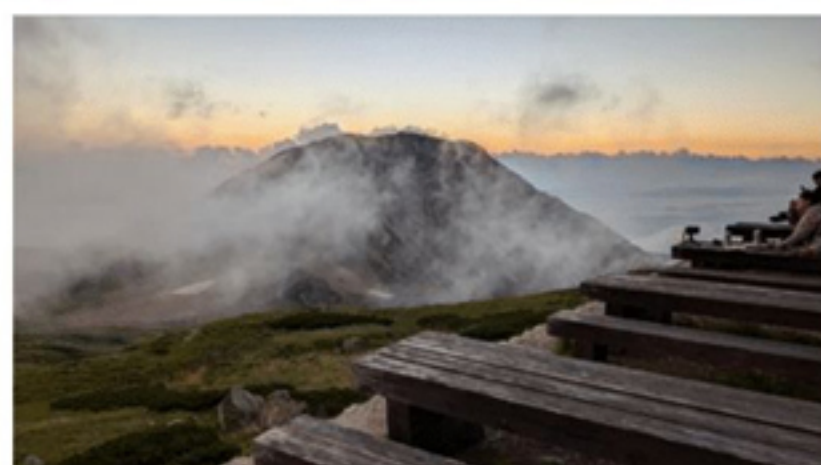
二人用の所に一人だった。手前はカーテン、上部は隣の区画が見えて、個室ではない（上）。個室もお金を積み増しすればあるとのこと。

17時から大きな食堂での夕食。120席は8割が埋まっていた。宿泊人数が多い時は時間を分けて食事する。この日は1回のみのような。



18時半ごろになったらガスが切れて、みんなが外に出て夕暮れの景色を楽しんだ。ビール片手の人もある。寒いので上着を羽織っている（2段目右）。左の山は旭岳（2867m）。

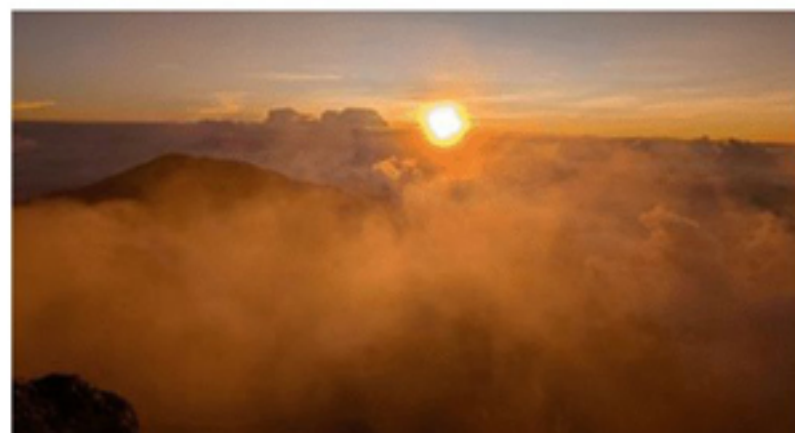
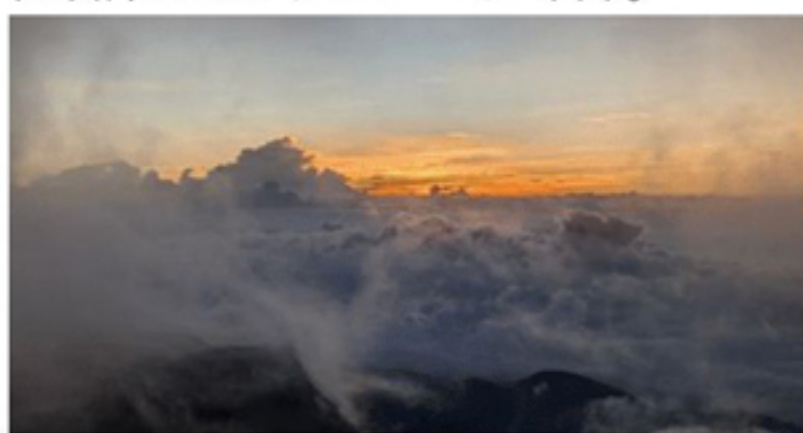
18時半ごろになったらガスが切れて、みんなが外に出て夕暮れの景色を楽しんだ。ビール片手の人もある。寒いので上着を羽織っている（2段目右）。左の山は旭岳（2867m）。



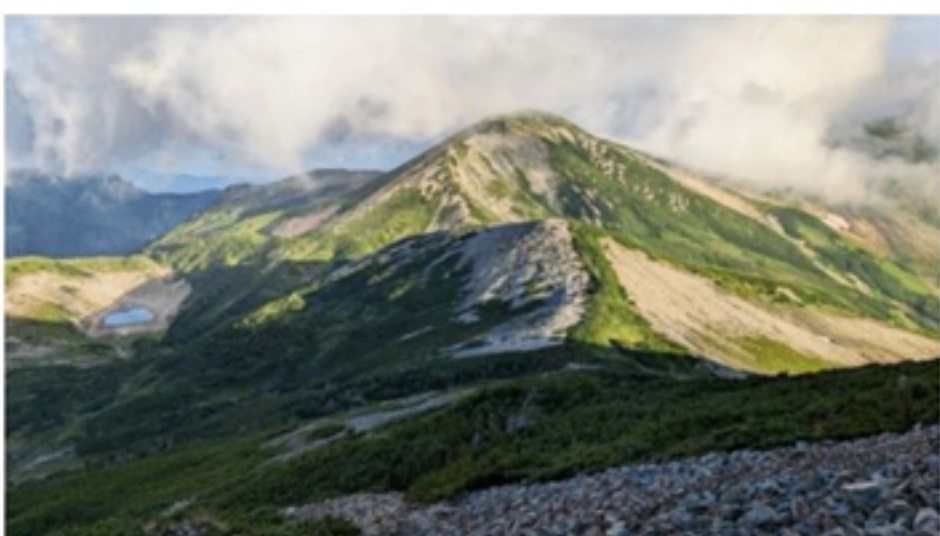
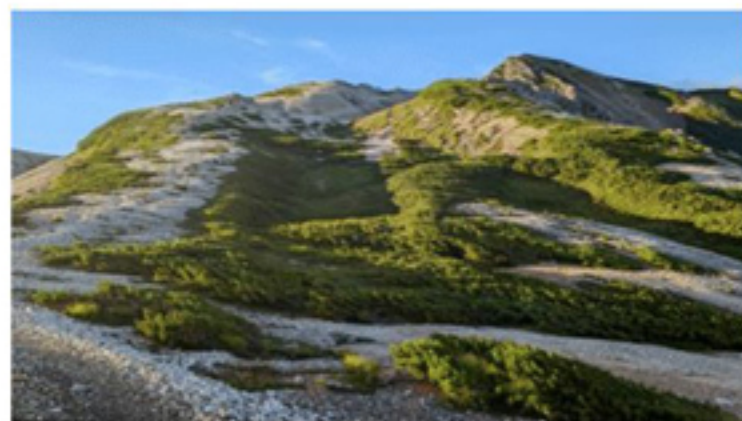
受付で朝食の弁当を受け取り、20時消灯前に寝入る。

24日（土）

3時半前に目覚める。4:30出発。山頂にはご来光を待つ先行者2人いたが、自分は長居せず、通過する。5時過ぎ夜明け前（3段目左）。日の出（3段目右）。山頂部のモルゲンロート（下）。



前日に通過した三国境を経て、雪倉岳方面に向かって緩やかに下る。雪倉岳は雲の中（上左）。下ってきた三国境方面を振り返る（上右）。



自分は雪倉岳へは稜線上を進むものと思っていたが、手前のピークと二つ目のピーク鉢ヶ岳（2563m）の間の鞍部（※）から右に巻いて進む。雪倉岳は右奥で雲に隠れている。左の池は長池（2段目）。

（※）鞍部：山の尾根の一部で、低く窪んで馬の鞍（蔵）状になっている所。峰と峰の間の尾根の最も低い地点を指す。

鉾山道との分岐。ここからも蓮華温泉に下れる（3段目左）。

さらに下ると最低鞍部に石と木柱の標識があり右に入って行く（3段目右）。



ピンクの色が濃いユキクラトウウチソウが揺れている（下）。



さらに下る。次頁写真（上）中心部の白い建物が雪倉岳避難小屋。



その右側から沢沿いに登山道が上に伸びている。雪倉岳山頂は雲の中。



8時、鞍部に建つ避難小屋（2段目）に着く。覗いてみたがきれいで十分使えると思った。ただ富山県では緊急時のみの使用を呼び掛けている。濃い霧に包まれ左下方から吹き上げる風が強く冷たい。稜線は風が強いがお花畑が広がっている（※）。両側に黄色い花が風に揺



れている（3段目左、右）。

※お花畑：朝日岳から雪倉岳、白馬岳は国指定の特別天然記念物「白馬連山高山植物帯」（5ページの碑）に指定されている。380種が確認されているという。



緩やかに登って行く。山頂には3人の先客がいた（下）。自分とは反対方向の朝日岳から白馬岳に向かう人たちだった。うち二人は女性のグループだった。



雪倉岳山頂着 9:40、白馬山荘から5時間かった(上)。

南西方向奥に剣岳(百 2999m)が見えた。感動!!
(2段目)。



先着の3人は白馬に向かったのので、山頂にいるのは自分だけ、独り占めだ。天気が良いので、弁当を食べ30分以上ゆっくりしてしまった。後で朝日小屋の女将さんに言わせると、「必要以上に長い休憩をとると体が元に戻ってしまう＝その後のペースが上がらない」とのこと。

10:15 発。砂礫地を緩やかに下りハイマツ帯から草地(お花畑)に変って行く(下2枚、次頁上2枚)。





ザレた燕岩の下部を横切り登って行く（2段目左）。湿地帯になり木道を緩やかに登って行く（2段目右）。花の季節は素晴らしい景観だろう。



13：13 水平道分岐着（下左）休む。

右上の赤テープの右手を登ると朝日岳山頂に行く。山頂へは翌日行くので、左側の水平道に進む。

水平道とは水平道分岐地点が朝日小屋のある朝日平の標高と同じことから名づけられたとのことで道が平なわけではなかった。クサリ場があったり（下右）、特に朝日平に近くなったら急登があり、「水平」道という名に文句が言い



たくなった。

朝日平に着いたのは、15：15 になってしまった（次頁上）。白馬山荘から 11 時間近くかかった。ほっとして休み、小屋に着いたのは 15：30（次頁 2 段目）。



自分より 30 分早く白馬山荘を 4 時に出た同年代の二人の女性が小屋の前でくつろいでいた。何時に着いたか聞いてみると、なんとお昼前に着いたとのこと。自分より 3 時間以上前に着いた。これには唖然とした。自分より体も小さく非力に見えるのに。彼女たちとは前日夕食後、白馬山荘

創設者の松沢貞逸翁の年譜や山荘の歩みの写真が飾ってある部屋で立ち話した。

もう少し話そうと思っていたら、おかみさんが心配しているから早く受付した方が良くと促された。自分の体力の無さに呆れたが、二人には若い屈強な男性ガイドさんがついていて、全体のコースを熟知しているガイドさんのリード、当日の天気の下り坂を考慮したペース配分や、食事や休憩のタイミング、……この差だと思いたい。



窓口（2 段目右）で受付を済ませます。おかみさんの清水ゆかりさんはとても心配してくれていた。電話で宿泊予約をした際に「70 歳代の方は余計に時間がかかるから暗いうちに白馬山荘を出発し、15 時までには朝日小屋に入ってください」と言われていた。その時ははっきりな物言いだなと思った。

10 畳より広い部屋に中年男性と二人だった。その男性は韓国ソウル在住の人だった。日本は 4 度目で、蓮華温泉から登り朝日、雪倉、白馬を登り、梅池高原に下りるとのこと。中部国際空港利用とのこと。自分はハングル語彼は日本語を解せずだが、固有名詞、表情、英語の単語などを並べて会話する。大体のことは通じるものだ。17:30 からの夕食も同じテーブルだった。食堂にはグループの人などだいたい 30 人くらいいたのだろうか。食事の初めに清水さんのユーモアがあり人柄あふれるあいさつがあった。

赤ワインで乾杯、富山産コシヒカリのご飯とおかず、ミニラーメンが付いていた。家庭的な手間のかかったおいしさだった。

夕食後翌日の朝食用に、笹の葉で包んだマス寿司とクルミ寿司（各 60g、400

円)を購入した。韓国の彼は早く寝た、自分も20時の消灯を待たずに就寝。

25日(日)

3:30 起床。準備し玄関に行くと清水さんは既にいた。昨年4月に岐阜県白川郷の猿ヶ番場山(○1875m)に登った際、偶然お世話になったクラブ岳のKさん(ガイドさん)の話をしたら、旧知の人でKさんは良い人、来年是非二人で登って来て下さいと言われた。ザックの背負い方や長い休憩はからだに元に戻ってしまうなどのアドバイスを貰う。「私が若かったころはこの辺を飛び回っていた」などと話していた。元気な50歳代後半の人と思った。

4:45 出発。外は薄暗くガスがかかっていた。後ろから清水さんが「もっと左、左」などと声をかけてくれた。木道に着いた後も見送ってくれた。振り返ると頭を下げてくれた。恐縮した。



山頂に向かう木道や登山道の脇もお花畑だった



山頂着6:00。

山頂に着いたら山では見かけない光景に出会った。なんと山頂標識に向いてお経をあげるグループがいた(下)。

聞いていたら「般若心経」だった。終わった後に同じベンチに座った人に「自分は地元のお寺の役員をして月に一度

の総代会に「般若心経」を詠んでいます。自分のお寺は真言宗豊山派です。お宅は何宗ですか？」と聞いてみた。自分是一向宗だがグループ皆が同じお寺で

はなく宗派もバラバラで、ただ山に登った時は「般若心経」を上げ、山頂にあるのが「お社」であれば祝詞（のりと）を奏上するとのこと。四国は香川県高松市の熟年登山クラブで月1回は山行しているとのこと。今回は年に一度の県外登山とのこと。



この6人のグループとは雨が降ってくるまで一緒に行動しグループの後ろについて歩いた。このグループも同年代の人達だった。

白馬山荘から同じコースを歩き、ガイドさんのリードで自分より3時間も早く朝日小屋に着いた同年代の女性二人とも前後して進む。そのガイドさんに写真を撮って貰った（上）。

朝日岳山頂から少し下ったところからの景観が素晴らしかった（下）。手前中央の大きな存在感のある山が雪倉岳（2611m）、左奥のピークが新潟県最高峰子蓮華山（2769m）右奥の山が白馬岳（2932m）。今回この3つの山頂を踏んだ。記念すべき写真だ。



日本海の親不知（おやしらず）までの縦走路海新道の分岐で記念に写真を撮って貰う（次頁上）。この年では日本海までの縦走は無理か？



五輪高原（上右）の景観を眺めながら歩く。気



持ちがいい。窪地の湧水がおいしかった。高松組と一緒に休んでいる間に。東京のガイド付女性二人組は先行した。花園三角点（1754m）9時過ぎ通過。カモシカ坂の急坂を下る頃から雲行きが怪しくなり雷と雨が降り始め、大雨になってきた。下りきったところの広い所で急いでカッパを着ける。

このどさくさで高松組の6人と離れる。彼らは前日にこのルートに登っているので土地勘がある。

以降自分の単独行に戻る。12時過ぎ小降りになった白高地沢（？）の橋に着く（左）。ここからが登り返しだ。いったん下り瀬戸川の橋（？）から蓮華温泉までは延々と登りが続く。あらかじめ事前に調べて分かっているにもかかわらず下山というイメージとのギャップが大きい。歩くしかない。



13時半過ぎ兵馬の平湿原に至る（下）。雨は小降りになった。



晴れていれば気持ちのいい散策路なのだろう。



山行3日目、最終日の最後、疲れ切っている自分としては楽しむ余裕はない。

雷が遠のき、雨も小降りになった。木道から樹林に覆われた林道に出てしばらく歩き、ようやく 15 時前、登下山口の蓮華温泉ロッジに着く。

当初の計画としてはロッジに泊まるつもりはなく予約もしていなかったがこの全身ずぶ濡れの状態では車内も收拾がつかなくなる。高松 6 人組もガイド付き女性 2 人組も泊まると聞いていたので、自分も泊まることにした。

宿泊OKでしかもキャンセルがあり大きな部屋に自分一人。受付で貸してくれたタオルで表面の濡れをふき取り、乾燥室に直行して着替えて干した。ザックの中の着替えはビニール袋で二重に包んでいたのも大丈夫だった。

まずは温泉に入り体を温めた。窓が大きく外の景色を楽しめる。雨はすっかり止んですがすがすがしい景観だった。

17:30 の夕食会場で高松 6 人組、東京女性 2 人組にお会いしたら、皆心配してくれていた。高松の人は自分を見つけたら拍手をしてくれた。到着が 2 時間位早かったようだ。テーブルはグループ毎で、自分はやはりソロの若い女性と二人だけだった。話したら、朝日小屋スタッフで翌日小屋に向かうとのこと。缶ビールを飲みながら、経営者の清水ゆかりさんの話題で盛り上がり、清水さんの年齢も分かってしまった。自分の推定よりも上だった。9 時の消灯を待たずに就寝した。

26 日 (月)

6 時からの朝食後露天風呂に行くことにした。ロッジの裏の登山道を登って行く (上左)。もちろん登山靴だ。10 分ほど歩くと湯気が立ち上っている (上右)。「仙気ノ湯」には先客がいた。登山者ではなく温泉に入るために家族で来たとのこと。断って写真を撮らせてもらった (下左)。



先客が帰った後は独り占め。前日の土砂降りの雷雨のことも忘れ仙人になった気分だ

左が雪倉岳、中央が朝日岳、下山時に通った稜線が見て取れる（上）。



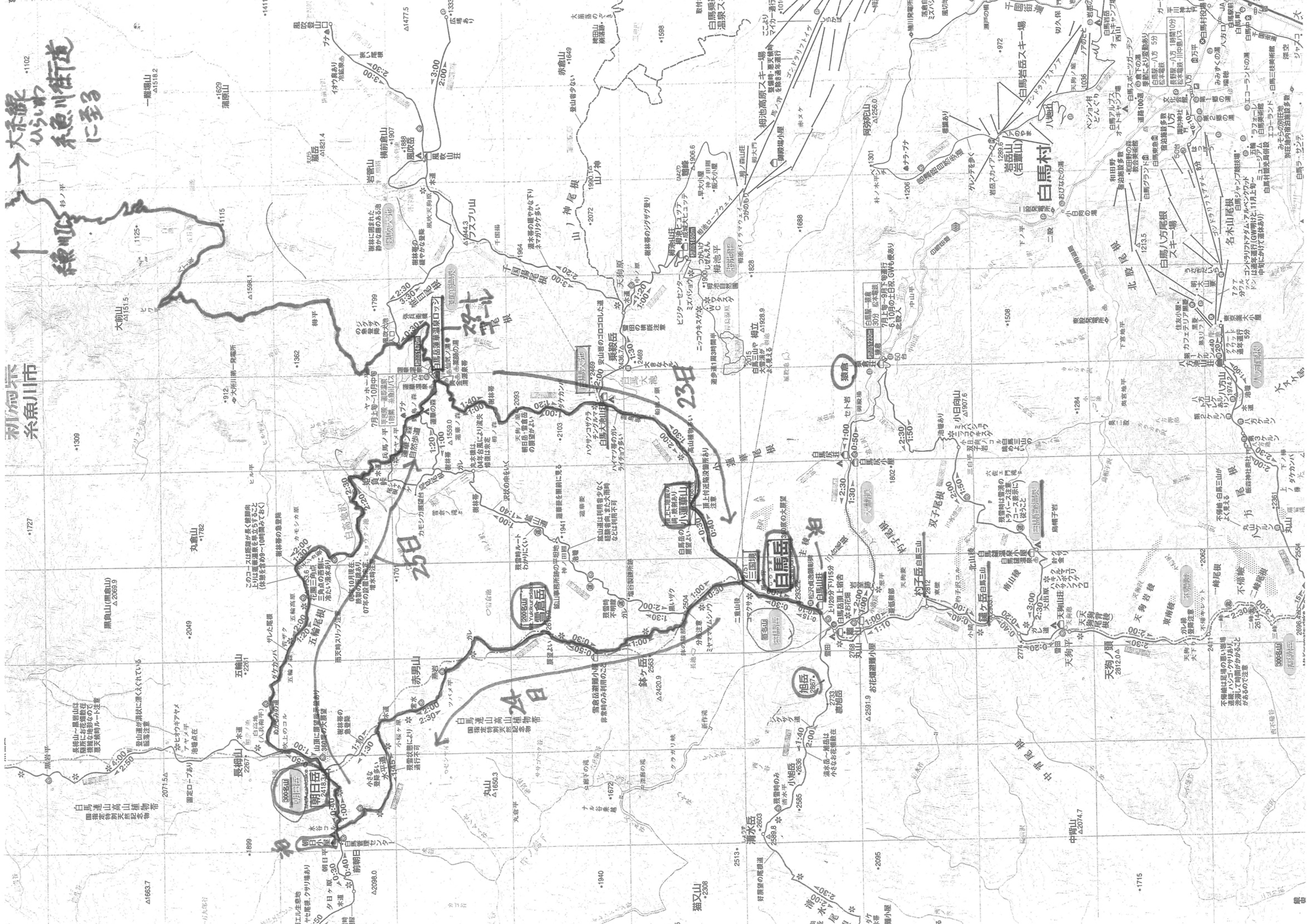
蓮華温泉ロッジを 8:30 出発。北陸道経由で夕方帰宅する。白馬岳は再登だったが雪倉岳と朝日岳を登り日本三百名山の残りは次の 4 座となった。

- ① 焼山（○2400m、新潟県西部）焼山単独。笹倉温泉から日帰り。距離が長い。
- ② 餓鬼岳（◎2647m） 餓鬼岳単独。白沢登山口～餓鬼岳小屋 1 泊往復。
- ③ 霞沢岳（◎2646m） 霞沢岳単独。上高地から徳本峠（とくごうとうげ）往復小屋 2 泊。
- ④ 鋸岳（◎2685m） 鋸岳単独。釜無川沿いの林道→横岳峠→第一高点（鋸岳）往復か、要検討。テント 1 泊か 2 泊。自分にとって最難関か、
- ⑤

令和 6 年 10 月 NO131 アンチ・エイジング 山旅遊人

出稿が、今回の「ねじりはちまき」には間に合わなかったが、9 月 16 日から 19 日にかけて、長野県松本市の上高地から登る霞沢岳に行ってきた（上記③）。時間がかかり、雷雨にたたられたり大変だったが、創設 100 年を越えた登録有形文化財に指定された徳本峠小屋に連泊することができた。三重県や鹿児島県からの登山者との交流もあった。次号に掲載すべく頑張りたい。

素人登山者にとって、まもなく高山の登山適期は終了する。今季あと 1 座登りたいと思っている。



利根川市
糸魚川市

大糸線
糸魚川街道
に多る

白馬連山高山植物帯
国指定天然記念物
特別天然記念物

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

07年10月現在
07年の登山は定時
登山道が凍結に深くなっている

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)

このコースは距離が長く傾向上りは運搬運搬を早立すること(休憩を含め9~10時間みて8)